

※うちのひとといっしょによみましょう

ほけんだよい

令和7年4月9日

4月号 保健室

上尾市立上平小学校

新しいクラス・友達・先生と出会いの多い4月が始まりました。保健室では、毎日元気に学校生活を送れるよう、お手伝いをしていきたいと思います。よろしくお願いいたします。

新年度がスタートし、新しい環境での生活が始まりました。大人も子供も環境の変化によって大きなストレスを感じる場合もあり、時には体調を崩すこともあります。特に低学年のお子様は、なかなか自分では不調を訴えることができない場合もありますので、環境の変化のあるこの時期は、ゆとりをもってお子様の健康状態をよく観察していただければと思います。

いつもとちょっと違うかな？と感じたり、体調が悪かったりしたときには、熱が低い場合でも無理をさせずに、ご家庭で休ませてください。朝の忙しい時間ではありますが、よろしくお願いいたします。

学校医の先生方を紹介します

内科 江原 一也先生
内科 前田 賢司先生
耳鼻科 中島 正己先生
眼科 中田 吉則先生
歯科 岡田 栄一先生
歯科 伊藤 有葉先生
薬剤師 小野 貴之先生

*健康診断や検査等でお世話になります。



4月・5月上旬の保健行事

4月10日(水) 4・5・6年 身体測定
11日(木) 1・2・3年 身体測定
たんぽぽ 身体測定
14日(月) 2・5年 聴力検査
15日(火) 1年 心臓検診
16日(水) 3年 聴力検査
17日(木) 1年・たんぽぽ 聴力検査
18日(金) 1年・たんぽぽ 視力検査
21日(月) 2年・3年 視力検査2次
22日(火) 4年 視力検査2次
23日(水) 5年 視力検査2次
24日(木) 6年 視力検査2次
28日(月) 尿検査配布日 全学年
30日(水) 尿検査1次 回収日
心臓検診予備日(欠席者)

5月 1日(木) 尿検査1次 予備日

※2～6年生の視力検査は、一度教室で行い、ひっかかった場合に2次検査で詳しく検査を行います。

よろしくおねがいします

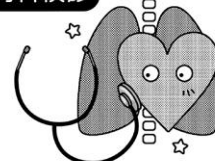
保健室を担当します丹藤です。
育児休業から復帰しました。
どうぞよろしくお願いいたします。



4月の保健目標 自分の体を知ろう

これからいろいろな健康診断があります。健康診断は、これから1年間元気に過ごすための大切な行事です。自分のからだや健康に興味をもって、元気の毎日を過ごせるようにしましょう。

内科検診



栄養状態、心臓と肺の音、骨や皮膚の様子は？

眼科検診



目や目の周りに病気や異常がないかな？

耳鼻科検診



耳・鼻・のどに病気や異常がないかな？

歯科健診



歯や歯ぐきに病気や異常がないかな？

身体測定



身長・体重、どれくらい成長したかな？

健康診断が始まります

からだの成長の様子や、健康状態を知るために、健康診断を実施します。各検診の前日は早寝をして体調を整えておきましょう。



視力検査



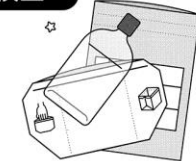
メガネをもっている人は忘れずに！

聴力検査



前日には耳掃除をしておこう！

尿検査



腎臓病や糖尿病の疑いがないかな？

心電図検査



心臓の動きや状態は？病気や異常はないかな？

内科検診では、脊柱検査もあわせて行います。耳鼻科、結核、運動器については問診票のご協力をお願いいたします。

保健室を利用するときのルールとマナー

保健室はケガや体調不良、健康について学びたい、相談があるときに利用できます



先生に理由を言って、ことわってから来る



入室するときは「しつれいします」と挨拶を



室内の器具を使うときは一声かけてから



休養している人がいるときは静かにする